Carciofo Romanesco del Lazio IGP



Roma, cultura del gusto
Rome: the culture of taste

Cibo dell'Accoglienza

Carciofo Romanesco del Lazio IGP

Questa varietà di carciofo, detto anche “cimarolo” o “mammola”, è caratterizzata da una forma sferica e compatta, da foglie di colore verde violetto e senza spine e da un cuore morbido e tenero. Ha un odore di erbaceo spiccato ed è molto versatile in cucina: la tradizione lo predilige alla romana, cotto a fuoco lento e condito con aglio, prezzemolo, menta romana, pepe e abbondante olio, oppure alla “giudia”, tagliato a spirale in modo da eliminare la parte legnosa, fritto nell'olio con il gambo in alto e bello croccante.
La tipica zona di produzione è il litorale laziale, in particolare la zona di Cerveteri e Ladispoli, da sempre vocate alla sua produzione come testimoniano le raffigurazioni di foglie di carciofo in alcune tombe della necropoli etrusca di Tarquinia.

Carciofo Romanesco del Lazio PGI

Also known as cimarolo or mammola, this artichoke has a spherical and compact shape, green-purple thornless leaves, a soft and tender core, a strong grassy aroma.



Nome / Name
Carciofo Romanesco del Lazio IGP
Carciofo Romanesco del Lazio PGI

Data di nascita / Date of birth
2002

Luogo di produzione / Place of production
Provincia di Viterbo: Montalto di Castro, Canino, Tarquinia
Provincia di Roma: Allumiere, Tolfa, Civitavecchia, Santa Marinella, Campagnano, Cerveteri, Ladispoli, Fiumicino, Roma, Lariano
Provincia di Latina: Sezze, Priverno, Sermoneta, Pontinia

Segni particolari / Particular features
Regolamento (CE) n. 2066/02
Regulation (EC) n. 2066/02

Presenza sul mercato / Market availability
Disponibile da gennaio a maggio
From January to May

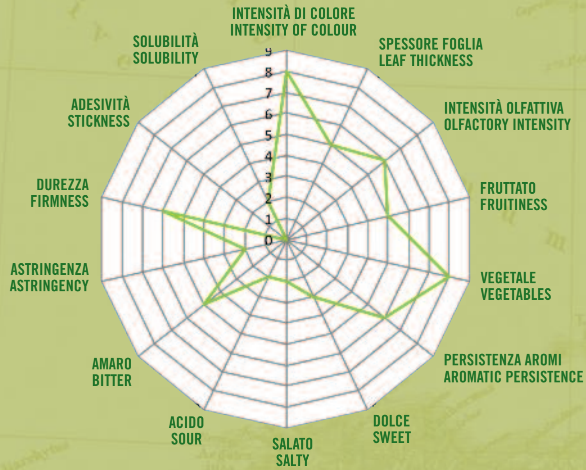
Tasting

Il carciofo romanesco è facilmente riconoscibile perché rotondo e dalle foglie che hanno poco scarto, un colore verde violetto e senza spine. Se l'odore è di un erbaceo spiccato, al gusto è caratterizzato da una nota amara che si addolcisce molto con la cottura. Ma la caratteristica che più lo contraddistingue è la morbidezza: il cuore e le foglie interne, infatti, sono molto più teneri delle altre varietà.

The Carciofo Romanesco del Lazio is easily recognisable due to its rounded shape and the violet-green thornless leaves. It has a pronounced grassy smell and a bitter taste easing off with cooking. However, the main characteristic of this variety is its tenderness: in fact, the heart and inner leaves are much more tender than those of other varieties.







Il Racconto

Il carciofo (Cynara scolimus) è una pianta già conosciuta al tempo degli Egizi e diffusa nell'area mediterranea, come si apprende dal De Re Rustica di Columella e dal Naturalis Historia di Plinio. Tuttavia, secondo alcuni storici, furono gli Etruschi a praticare la coltivazione di questo ortaggio dalle varietà di cardo selvatico (Cynara cardunculus) e le raffigurazioni di foglie di carciofo in alcune tombe della necropoli di Tarquinia ne sono un'importante testimonianza. Sembra che Caterina de Medici, moglie di Enrico II, ne fosse particolarmente ghiotta tanto da restare vittima di una indigestione, il 19 giugno 1576, rimasta nelle cronache del tempo.

Nella Campagna Romana il carciofo per eccellenza è uno solo: il carciofo romanesco, detto anche mammola o cimarolo. Attualmente, sono due le cultivar presenti lungo il litorale a nord di Roma nei dintorni di Ladispoli e Cerveteri, un'area particolarmente adatta alla produzione del Carciofo Romanesco: "Castellammare" (precoce) e "Campagnano" (tardiva).

The Story

The artichoke (Cynara scolimus) was already well known to the Egyptians and widespread throughout the Mediterranean area, as described in Columella's De Re Rustica and Pliny the Elder's Naturalis Historia. According to some historians, the Etruscans first cultivated this vegetable from varieties of wild thistles (Cynara cardunculus) as evidenced by wall paintings featuring artichoke leaves found in tombs in the Etruscan necropolis of Tarquinia. It seems that Catherine de' Medici, wife of king Henry II, was so fond of artichokes that she suffered from chronic indigestion on 19th June 1576. In the Latium region, the artichoke "par excellence" is the Carciofo Romanesco, otherwise known as "mammola" or "cimarolo". Currently, the Carciofo Romanesco del Lazio is cultivated in the coastal area North of Rome, near the towns of Ladispoli and Cerveteri, holding the ideal climatic and soil conditions to produce the only two species allowed: "Castellammare" (early variety) and "Campagnano" (late variety).

La qualità nutrizionale / Nutrition facts

Valori nutrizionali per 100 g di prodotto fresco commestibile *Nutrition facts per 100 g product (fresh, edible portion)*	
Energia / *Energy*	92 kJ / 22 kcal
Grassi / *Fat*	0,2 g
di cui Acidi grassi saturi / *Saturated fat*	0,0 g
Carboidrati / *Carbohydrate*	2,5 g
di cui Zuccheri / *Sugar*	1,9 g
Proteine / *Protein*	2,7 g
Sale / *Salt*	0,3 g

Roma, cultura del gusto
Cibo dell'Accoglienza

**È un'iniziativa
della Camera di Commercio di Roma
realizzata da ARM – Azienda Romana Mercati
Azienda Speciale per la valorizzazione
del settore agroalimentare**

www.romaculturadelgusto.com